

HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL KELUARGA DAN EFIKASI DIRI PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA UPTD PUSKESMAS TLOGOSARI WETAN KOTA SEMARANG

Nazwa Alfian¹, Jessica Dhoria Arywibowo¹

¹Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro
Jl. Prof. Mr. Sunario, Tembalang, Semarang, 50275
E-mail: nazzwaalfian@gmail.com

ABSTRAK

Dukungan sosial keluarga merupakan salah satu faktor yang memengaruhi efikasi diri seseorang dalam mengelola penyakit. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial keluarga dan efikasi diri pada lansia dengan hipertensi di wilayah kerja UPTD Puskesmas Tlogosari Wetan Kota Semarang. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional dengan melibatkan 116 lansia dengan hipertensi berusia ≥ 60 tahun, yang berdomisili di wilayah kerja UPTD Puskesmas Tlogosari Wetan Kota Semarang. Sampel dipilih menggunakan teknik *accidental sampling*. Pengumpulan data menggunakan skala yang dikembangkan oleh peneliti, yaitu Dukungan Sosial Keluarga (25 aitem, $\alpha = 0,859$) dan Skala Efikasi Diri (17 aitem, $\alpha = 0,833$). Analisis data menggunakan uji korelasi *Spearman's rho*. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial keluarga dan efikasi diri dengan koefisien korelasi sebesar 0,536 ($p < 0,001$), yang berarti semakin tinggi dukungan sosial keluarga, semakin tinggi pula efikasi diri lansia dalam mengelola hipertensi. Hasil analisis tambahan menunjukkan tidak terdapat perbedaan efikasi diri maupun dukungan sosial keluarga berdasarkan tingkat pendidikan dan durasi hipertensi.

Kata kunci: dukungan sosial keluarga, efikasi diri, hipertensi, lansia

THE RELATIONSHIP BETWEEN FAMILY SOCIAL SUPPORT AND SELF-EFFICACY IN ELDERLY WITH HYPERTENSION IN THE WORKING AREA OF UPTD PUSKESMAS TLOGOSARI WETAN

Nazwa Alfian¹, Jessica Dhoria Arywibowo¹

¹Faculty of Psychology, Diponegoro University
Prof. Mr. Sunario Street, Tembalang, Semarang, 50275
E-mail: nazzwaalfian@gmail.com

ABSTRACT

Family social support is a factor influencing an individual's self-efficacy in managing their illness. This study aimed to determine the relationship between family social support and self-efficacy among elderly individuals with hypertension in the service area of the Tlogosari Wetan Community Health Center (UPTD Puskesmas) in Semarang City. A quantitative correlational approach was employed, involving 116 elderly participants aged 60 years or older with hypertension residing in the center's service area. Participants were selected using accidental sampling. Data were collected using scales developed by the researchers: the Family Social Support Scale (25 items, $\alpha = 0.859$) and the Self-Efficacy Scale (17 items, $\alpha = 0.833$). Data analysis was conducted using the Spearman's rho correlation test. The results revealed a significant positive relationship between family social support and self-efficacy, with a correlation coefficient of 0.536 ($p < 0.001$), indicating that higher levels of family social support are associated with higher self-efficacy among the elderly in managing hypertension. Additional analysis showed no differences in self-efficacy or family social support based on education level or the duration of hypertension.

Keywords: family social support, self-efficacy, hypertension, elderly

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Hipertensi termasuk salah satu Penyakit Tidak Menular (PTM) yang hingga saat ini masih menjadi perhatian dalam bidang kesehatan masyarakat secara global (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2024). Penyakit yang kerap disebut *silent killer* ini dapat terjadi dengan meningkatnya tekanan darah secara persisten dan berpotensi memicu komplikasi serius seperti stroke, gagal ginjal, dan penyakit jantung koroner. Menurut World Health Organization (WHO, 2018), jumlah penderita hipertensi pada orang dewasa dengan rentang usia 30-79 tahun secara global melonjak signifikan dari 594 juta orang pada tahun 1975 menjadi lebih dari 1,13 miliar orang pada tahun 2015. Global Burden of Disease (GBD) 2023 menandai tekanan darah sistolik tinggi sebagai faktor risiko utama yang berkontribusi terhadap kematian dan disabilitas di seluruh dunia, dengan penyakit kardiovaskular terkait hipertensi yang menyebabkan 19,2 juta kematian pada tahun 2023 (Institute for Health Metrics and Evaluation, 2025).

Di Indonesia, Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 menunjukkan prevalensi hipertensi di Indonesia meningkat dari 25% menjadi 34,1% (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2024). Peningkatan angka

tersebut mengindikasikan bahwa hipertensi membutuhkan pengelolaan secara mandiri untuk mengendalikan tekanan darah dan mencegah komplikasi. Setyowati dkk. (2023) memprediksi bahwa prevalensi hipertensi di negara-negara berpenghasilan rendah terus meningkat hingga mencapai sekitar 28% pada tahun 2025, yang menunjukkan bahwa kemampuan lansia untuk mengelola hipertensi secara mandiri menjadi semakin krusial. GBD 2023 juga mencatat bahwa hampir 80% beban penyakit kardiovaskular disebabkan oleh faktor risiko yang dapat dimodifikasi, termasuk hipertensi, hal ini menunjukkan bahwa pengelolaan hipertensi secara mandiri sangat penting untuk mencegah komplikasi (Institute for Health Metrics and Evaluation, 2025).

Fenomena serupa juga ditemukan di wilayah kerja UPTD Puskesmas Tlogosari Wetan. Berdasarkan yang diperoleh peneliti secara langsung dari UPTD Puskesmas Tlogosari Wetan tahun 2026. Tercatat sebanyak 2.749 lansia dengan hipertensi di wilayah kerja puskesmas tersebut menjadikan hipertensi sebagai penyakit dengan jumlah kasus tertinggi pada kelompok lanjut usia di wilayah ini. Angka ini sejalan dengan temuan Yulistina dkk. (2017) yang sebelumnya juga melaporkan tingginya prevalensi lansia dengan hipertensi di wilayah yang sama, yang menunjukkan bahwa masalah ini terus berlanjut setiap tahunnya.

Hipertensi diklasifikasikan sebagai penyakit kronis karena berlangsung lama, sering kali tidak menunjukkan gejala, dan memerlukan penanganan berkelanjutan sepanjang hidup pasien. Berbeda dengan penyakit akut yang kerap kali menimbulkan gejala sehingga pasien segera mencari pertolongan medis, hipertensi sering kali tidak menunjukkan gejala hingga terjadi komplikasi yang

serius. Karakteristik tersebut menjadikan perilaku kesehatan pasien sebagai faktor penentu utama keberhasilan pengelolaan hipertensi (Burnier & Egan, 2019).

Karakteristik hipertensi sebagai penyakit kronis-asimtomatik ini paling tepat dijelaskan melalui perspektif perilaku kesehatan. Menurut *Health Belief Model* yang dikemukakan oleh Rosenstock (1974), perilaku kesehatan individu ditentukan oleh persepsi mengenai kerentanan terhadap penyakit (*perceived susceptibility*), tingkat keparahan penyakit (*perceived severity*), manfaat tindakan pencegahan (*perceived benefits*), hambatan yang dirasakan (*perceived barriers*), serta keyakinan akan kemampuan diri untuk melakukan tindakan tersebut (*self-efficacy*). Dalam model ini, dukungan dari lingkungan sekitar, termasuk keluarga yang menjadi salah satu “isyarat untuk bertindak” (*cues to action*), berperan sebagai pemicu eksternal untuk mendorong lansia agar mempraktikkan perilaku pengelolaan hipertensi yang mereka yakini bermanfaat.

Selain itu, *Social Cognitive Theory* (Bandura, 1997), juga mengatakan bahwa perilaku individu dibentuk oleh pengaruh faktor personal (efikasi diri), lingkungan sosial (dukungan keluarga), dan perilaku kepatuhan terhadap pengobatan. Bandura (1997) mengidentifikasi persuasi sosial, berupa dorongan dan keyakinan yang diberikan oleh orang terdekat individu sebagai sumber efikasi diri, di mana keluarga menjadi sumber utama bagi lansia. *Theory of Planned Behavior* menurut (Azjen, 1991) juga memperkuat konsep ini dengan menjelaskan bahwa niat individu dipengaruhi oleh norma subjektif, yaitu harapan dari orang yang dianggap penting, termasuk keluarga. Oleh karena itu, ketiga teori tersebut saling melengkapi dan menjelaskan bahwa dukungan keluarga berperan sebagai *cues to*

action (Health Behavior Model), *verbal persuasion (Social Cognitive Theory)*, dan norma subjektif dalam (*Theory of Planned Behavior*), yang mendukung terbentuknya efikasi diri lansia dalam mengelola hipertensi.

Berdasarkan observasi awal peneliti ditemukan bahwa sebagian besar lansia penderita hipertensi, telah berpartisipasi dalam Program Pengelolaan Penyakit Kronis (Prolanis) dan Pos Pelayanan Terpadu (Posyandu) Lansia, sehingga mereka mendapatkan edukasi kesehatan secara berkala. Hal ini meningkatkan kepercayaan diri mereka dalam mengelola hipertensi, yang tercermin dari kemampuan mereka untuk bepergian secara mandiri atau mengatur transportasi menuju puskesmas untuk pemeriksaan rutin, pemahaman mengenai pentingnya kepatuhan mengonsumsi obat dan penerapan pola makan rendah garam.

Namun demikian, pengendalian hipertensi pada lansia masih menghadapi tantangan, khususnya terkait kepatuhan pengobatan. Sebagian lansia menjalani pengobatan secara rutin, sementara yang lainnya hanya memanfaatkan layanan kesehatan saat gejala kambuh (Bosworth dkk., 2010). Observasi awal yang dilakukan peneliti di Puskesmas Tlogosari Wetan menunjukkan adanya kunjungan berulang akibat hipertensi yang tidak terkontrol, yang mengindikasikan kekambuhan akibat ketidakpatuhan dalam mengelola hipertensi. Ketidakpatuhan dalam pengobatan dan kurangnya konsistensi dalam menjalani gaya hidup sehat merupakan indikator rendahnya keyakinan diri lansia (Bandura, 1997).

Rendahnya keyakinan diri efikasi diri pada lansia menyebabkan akibat yang signifikan terhadap pengelola hipertensi, kepercayaan diri individu dalam

mengadopsi perilaku sehat merupakan penentu utama keberhasilan pengelolaan hipertensi, bukan hanya layanan kesehatan (Putri dkk., 2025). Lansia dengan efikasi diri yang rendah cenderung tidak patuh menjalani pengobatan, kesulitan mempertahankan diet rendah garam, serta kurang memiliki motivasi untuk melakukan aktivitas fisik, sehingga sulit mengontrol tekanan darah. Kondisi ini meningkatkan kemungkinan terjadinya komplikasi kardiovaskular dan gangguan gagal ginjal yang berdampak pada kualitas hidup lansia (Burnier & Egan, 2019). Rendahnya efikasi diri dipicu oleh tantangan dalam memahami dan menerapkan informasi kesehatan dalam kehidupan sehari-hari, banyak lansia kesulitan mengingat materi edukasi dan mengalami kelelahan selama sesi edukasi berlangsung (Aliffia dkk., 2025; Michaelsen & Esch, 2023).

Salah satu faktor yang berperan dalam efikasi diri lansia untuk mengelola hipertensi adalah dukungan sosial keluarga (Paska & Virgonita, 2026). Menurut Santrock (2020) dukungan ini penting untuk menjaga kesehatan psikologis, meminimalisir stres, memicu motivasi hidup yang sehat. Dalam kasus hipertensi, keluarga tidak hanya serta memberikan bantuan emosional, tetapi juga dukungan instrumental, informasional dan kebersamaan agar lansia konsisten menjalani perawatan (Guo dkk., 2023). Sebaliknya, keterbatasan dukungan dari keluarga memiliki potensi menurunkan keyakinan lansia dalam mengelola penyakitnya (Burnier & Egan, 2019). Namun, banyak juga keluarga yang belum memberikan pendampingan secara optimal karena tanggung jawab pekerjaan. Kondisi ini menyebabkan keluarga kurang memahami memahami kondisi lansia, sehingga

beberapa lansia menjalankan pengobatan hipertensi secara lebih mandiri dengan dukungan keluarga yang terbatas (Khomsatun & Sari, 2022).

Kondisi tersebut menunjukkan bahwa hipertensi bukan hanya permasalahan medis, melainkan penyakit kronis yang memerlukan pengelolaan jangka panjang secara berkelanjutan. Berdasarkan perspektif Teori Kognitif Sosial, Bandura (1997) menjelaskan bahwa keluarga berperan sebagai sumber dukungan utama yang memperkuat keyakinan lansia akan kemampuan mereka dalam menjaga kesehatan dan mengelola penyakit secara konsisten (Sulistyorini & Saputri, 2024). Temuan ini sejalan dengan hasil kajian dari Luo dkk. (2024) yang mengindikasikan bahwa dukungan keluarga yang memadai dapat berkontribusi pada peningkatan efikasi diri pasien kronis dengan memberikan dukungan yang baik. Selain itu, pengelolaan penyakit kronis dipandang sebagai upaya kolaboratif antara pasien dan keluarga; dengan demikian, dukungan keluarga dan efikasi diri berperan sebagai faktor yang saling melengkapi dalam keberhasilan pengelolaan penyakit (Grey dkk., 2006; Jerant dkk., 2005). Sebaliknya, dengan dukungan keluarga yang kurang dapat mengakibatkan rendahnya efikasi diri lansia dalam mengelola hipertensi secara mandiri.

Meskipun hubungan antara dukungan sosial keluarga dan efikasi diri telah banyak diteliti, meskipun dalam konteks dan fokus kajian yang beragam. Luo dkk. (2024) mengkaji hubungan antara dukungan keluarga dan efikasi diri pada pasien dengan penyakit kronis secara umum dan menemukan adanya hubungan positif yang cukup kuat; namun, penelitian mereka tidak spesifik pada populasi lanjut usia penderita hipertensi. Siahaan dkk. (2022) meneliti hubungan antara efikasi diri dan

perawatan mandiri dalam menangani lansia hipertensi, namun tidak menempatkan dukungan sosial keluarga sebagai variabel utama. Herlinah dkk. (2013), menemukan bahwa dukungan sosial keluarga menjadi faktor penting yang memengaruhi upaya lansia dalam mengelola hipertensi; akan tetapi penelitian mereka lebih berfokus pada perilaku manajemen dibandingkan efikasi diri sebagai konstruk psikologis secara khusus. Penelitian Dewi dkk. (2024) cenderung pada hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan pengobatan.

Berdasarkan penelitian tersebut, kajian yang secara khusus menempatkan dukungan sosial keluarga dan efikasi diri sebagai dua variabel utama pada lansia dengan hipertensi masih terbatas. Penelitian sebelumnya juga belum menjelaskan hubungan kedua variabel tersebut melalui kerangka *Health Behavior Model*, *Social Cognitive Theory*, maupun *Theory of Planned Behavior*. Selain itu, penelitian dengan focus serupa belum dilakukan di wilayah kerja UPTD Puskesmas Tlogosari Wetan, meskipun angka kasus hipertensi pada lansia di wilayah tersebut tergolong tinggi. Kondisi tersebut menunjukkan adanya aspek yang masih perlu dikaji lebih dalam. Maka itu, penelitian ini dilakukan untuk memperoleh gambaran mengenai hubungan dukungan sosial keluarga dan efikasi diri pada lansia dengan hipertensi. Hasil penelitian diharapkan dapat memperluas pemahaman mengenai faktor sosial dan psikologis dalam pengelolaan hipertensi, khususnya pada lansia dalam konteks pelayanan kesehatan primer di wilayah kerja UPTD Puskesmas Tlogosari Wetan Kota Semarang.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, rumusan masalah penelitian ini adalah “Apakah terdapat hubungan antara dukungan sosial keluarga dan efikasi diri pada lansia dengan hipertensi di wilayah kerja UPTD Puskesmas Tlogosari Wetan Kota Semarang?”

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial keluarga dan efikasi diri pada lansia dengan hipertensi di wilayah kerja UPTD Puskesmas Tlogosari Wetan Kota Semarang.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat berkontribusi pada pengembangan psikologi, khususnya di bidang psikologi kesehatan dan psikologi keluarga dengan memberikan bukti empiris mengenai hubungan antara dukungan sosial keluarga dan efikasi diri pada lansia dengan hipertensi di wilayah kerja UPTD Puskesmas Tlogosari Wetan Kota Semarang.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Partisipan

Hasil kajian ini diharapkan dapat memperkaya pemahaman lansia dengan hipertensi mengenai peran penting dukungan sosial keluarga dalam membangun efikasi diri sehingga dapat mendukung pengelolaan hipertensi secara lebih optimal.

b. Bagi Keluarga

Temuan, penelitian ini diharapkan dapat memperluas pemahaman keluarga mengenai dukungan sosial keluarga bagi lansia dalam mengelola hipertensi. Dengan demikian, keluarga diharapkan lebih aktif, dalam memberikan dukungan emosional, instrumental, informasional, dan kebersamaan untuk memperkuat efikasi diri lansia dalam menjalankan perawatan diri.

c. Bagi Puskesmas Tlogosari Wetan

Penelitian ini diharapkan dapat membantu tenaga kesehatan di lingkungan kerja UPTD Puskesmas Tlogosari Wetan dalam mengembangkan program edukasi, promosi kesehatan, maupun pendampingan yang melibatkan keluarga sebagai bagian dari upaya meningkatkan efikasi diri lansia dalam pengelolaan hipertensi.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan bagi peneliti selanjutnya yang ingin mengkaji dukungan sosial keluarga, efikasi diri, maupun faktor-faktor psikologis lain yang berkaitan dengan pengelolaan hipertensi pada lansia.

